सत्य साहित्य

वर्ष 1 / अंक 4
अप्रैल 2017
Year 1/ Vol 4
April
2017

सत्य साहित्य, श्री रामशरणम् इन्टरनेशनल सेन्टर, नई दिल्ली की एक त्रैमासिक पत्रिका

सर्व शक्तिमते परमात्मने श्री रामाय नमः

30

भाव का भूखा हूँ मैं और भाव ही बस सार है
भाव से मुझको भजे तो भव से बेड़ा पार है।

(1) अन्न धन और वस्त्र भूषण कुछ न मुझको चाहिये
आप हो जाय मेरा बस पूर्ण यह सत्कार है। भाव...

(2) भाव बिन सब कुछ भी दे डालें तो मैं लेता नहीं
भाव से इक फूल भी दे तो मुझे स्वीकार है। भाव...

(3) भाव बिन जो भी पुकारे मैं कभी सुनता नहीं
भाव पूरित टेर ही करती मुझे लाचार है। भाव...

(4) भाव जिस जन में नहीं उसकी मुझे चिन्ता नहीं
भाव वाले भक्त का भरपूर मुझ पर भार है। भाव...

(5) जो मुझी में भाव रखकर लेते हैं मेरी शरण
उनके और मेरे हृदय का एक रहता तार है। भाव...

(6) बान्ध लेते हैं मुझको वे भक्त दृढ़ जंजीर से
इसलिये इस भूमि पर होता मेरा अवतार है।
भाव...

(परम पूजनीय महाराज जी की भजन डायरी से)

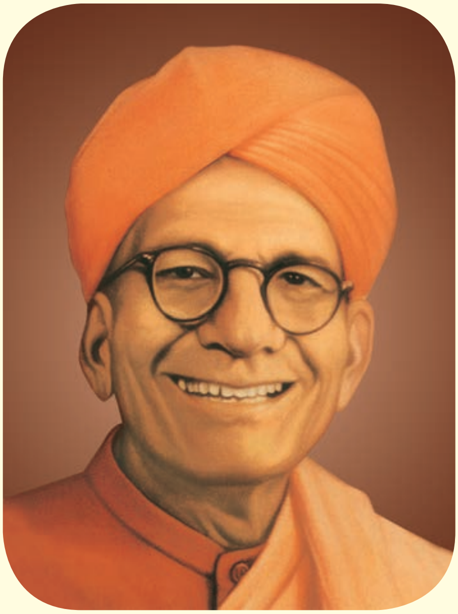
इस अंक में पढ़िए

- भजन
- चैत्र पूर्णिमा : युग-पुरुष के मंगलमय अवतरण दिवस की लख लख बधाई!
- 15 मार्च : दिव्य अवतरण दिवस की बधाई!
- आहार
- श्रीमद्भगवद्गीता भाषा के अंश
- On Appropriate Meals
- रसना का ज्ञान-आयाम
- कुव्यसन से मुक्ति
- परमेश्वर के श्री चरणों में प्रार्थना
- विभिन्न केन्द्रों पर सम्पन्न कार्यक्रम
- अनुभूति
- बच्चों के लिए
- कैलेन्डर

सत्य साहित्य

मूल्य (Price) ₹ 5

युग-पुरुष के मंगलमय चैत्र पूर्णिमा अवतरण दिवस की लख लख बधाई!



परम पूजनीय सदा स्मरणीय स्वामी सत्यानन्द सरस्वती को युग–पुरुष सत्य ही में कहा है, उनके समस्त आध्यात्मिक जीवन की गाथा यही सिद्ध करती है। अनेक हिन्दू धर्म के मार्गों में अभ्यास व अध्ययन कर और उन्हीं में उच्चतम पदों को प्राप्त कर और गंगा किनारे अनेक संतों व महात्माओं के संग वास करने के पश्चात् अन्ततः एकान्त में अनवरत साधना करने का संकल्प किया। जिसके फलस्वरूप परमेश्वर का साक्षात्कार हुआ और परम गुरु महामन्त्र, 'राम नाम' का परम प्रसाद प्राप्त हुआ।

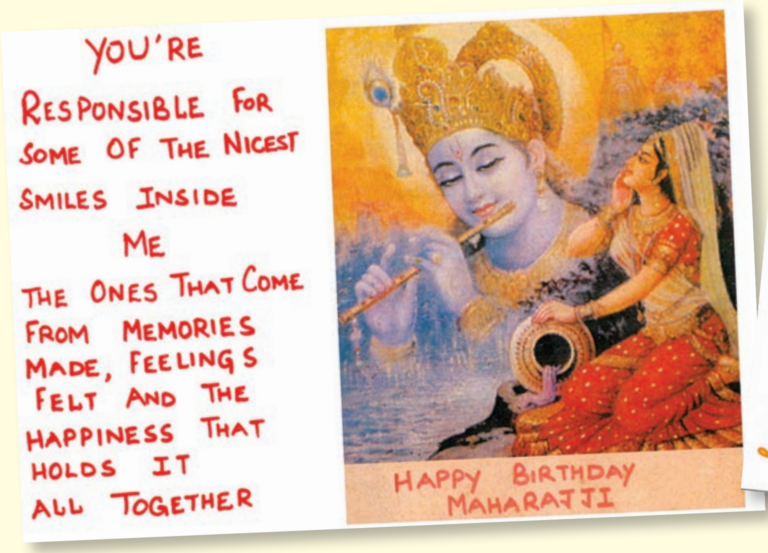
इस भूमिका के आधार पर अब उनके युग–पुरुष बनने की गाथा आरम्भ हो गई। कृतज्ञतापूर्वक सेवा भाव से प्रभु कृपा से प्राप्त महामन्त्र राम नाम को बिना सम्प्रदाय, जाति व ऊंच नीच के भेदभाव से समस्त मानव जाति में वितरण किया। इस सरल मधुर पथ को पाकर मानव समाज गद्‌गद् हो गया।

स्वामी जी के विनम्र कोमल और अनुभूत हृदय से निकले उद्‌गारों ने अमृतवाणी, भक्तिप्रकाश, आदि ग्रन्थों का रूप धारण किया और साधकों की जीवन शैली को परिवर्तित कर दिया। हिन्दू संस्कृति को वास्तव में और धनाढ्‌य बना दिया।

स्वामी जी जब लिखते व प्रवचन देते, वे किसी अन्य से नहीं, सीधे साधकों से ही बात करते, सीधे उनको ही उद्‌बोधन करते। ये गुण व सुन्दरता उनके ग्रन्थों एवं वाक्यों को रुचिकर व प्रभावशाली बना देती है। उन्होंने संत–शिरोमणि तुलसीदास जी की भांति उस समय की सरल भाषा में रामायण व अन्य ग्रन्थों को रच कर मानव जाति में अभूतपूर्व परिवर्तन ला दिया। अमृतवाणी तो समूचे संसार में घर–घर में पढ़ने वाला ग्रन्थ बन गया है। साधना सत्संगों में मुख्यतया इनके ग्रन्थों के अध्ययन से ही जीवन शैली में परिवर्तन आरम्भ हो जाता है। सन्तप्त हृदय को शान्ति व शीतलता प्राप्त हो जाती है। वास्तविक पिपासा लिए साधकों को अपना शरण स्थान प्राप्त हो जाता है। तभी साधना सत्संगों में इच्छुक साधकों की संख्या बढ़ रही है।

जीवन में भक्ति आत्मबल व सद्‌व्यवहार सिखाने वाली सरल, सुगम व सहज साधना पद्धति प्रदान करने वाले युग–पुरुष को शत–शत नमन।

दिव्य अवतरण दिवस की बधाई !



Thanks a lot. There is no life without Prabhu Ram Ji. Must be with Him & may He be ever with you. Best wishes & Jai Jai Ram.

16.3.2007

बहुत धन्यवाद। प्रभु राम के बिना जीवन संभव नहीं। हमेशा उनके सान्निध्य में रहें और वे हमेशा आपके साथ रहें। शुभकामनाएँ और जय जय राम।

Hearty thanks and most loving namaskar to all. May you ever remain at His holy feet.

17.3.2007

हार्दिक शुभकामनाएँ और सब को प्रेम भरा नमस्कार। आप सदा पवित्र प्रभु चरणों में रहें।

आहार - प्रसाद

भोजन समय

अन्नपते ! यह अन्न है, तेरा दान महान्।
करता हूँ उपभोग मैं, परम अनुग्रह मान।।
अन्नपते ! दे अन्न शुभ, देव दयालु उदार।
पा कर तुष्टि सुपुष्टि को, करूँ कर्म हितकार।।

भोजनानन्तर

धन्यवाद तेरा प्रभु, तू दाता सुख भोग।
सारे स्वादु भोज्य का, रसमय मधुर सुयोग।।
विविध व्यंजन भोज्य सब, तू देवे हरि आप।
खान पान आमोद सब, तेरा हि सुप्रताप।।

At Meal Times

Food-giver this food is, thy bounty great,
Considering it sublime favour, of it I partake.
Food-giver, give wholesome alms, Lord Compassionate Kind,
Getting contentment nourishment, may I perform deeds benign.

After Meals

Thanks giving to thee Lord, Provider of Ecstasy,
Of all tasty edibles, savoury sweet recipe.
Various flavourful delicacies all, Almighty unmerited givest,
Food drink relish all, is indeed thy bequest.
(*Bhakti Prakash*, p. 23)

धर्म | श्रीराम शरणम का तीन दिनी खुला सत्संग महोत्सव शुरू, 6 हजार 972 साधकों ने ली राम नाम दीक्षा

महिलाओं से दुगने पुरुष दीक्षार्थी, श्रद्धालु की संख्या इतनी कि ट्रैफिक करना पड़ा डायवर्ट

भास्कर संवाददाता | झाबुआ

आम तौर पर महिलाओं की रुचि धार्मिक क्षेत्र में अधिक रहती है लेकिन रविवार को प्रारंभ हुए श्री राम शरणम के तीन दिवसीय खुले सत्संग के पहले दिन हुई राम नाम दीक्षा ने इस मिथक को तोड़ दिया। नव दीक्षार्थियों में महिलाओं की तुलना में दो गुने पुरुष साधक शामिल हुए। कुल 6 हजार 972 नए साधकों ने दीक्षा ग्रहण की। इनमें 4 हजार 74 पुरुष और 2 हजार 898 महिलाएं थी। इस आध्यात्मिक महोत्सव के सहभागी 8 राज्यों से आए करीब 15 हजार से अधिक श्रद्धालु बने। इस दौरान कॉलेज मार्ग पर इतनी अधिक भीड़ उमड़ी की ट्रैफिक डायवर्ट करना पड़ा।

श्री राम शरणम के तीन दिवसीय सत्संग महोत्सव की शुरुआत रविवार सुबह 11 बजे राम-नाम दीक्षा के साथ हुई।

आध्यात्मिक अर्द्धकुंभ					
08 राज्यों से आए साधक	15000 से अधिक भक्तों ने की सहभागिता	6972 नए साधकों ने ली दीक्षा	4074 पुरुष साधक	2898 महिला साधक	03 पालियों में चला दीक्षा समारोह

रामशरण में दीक्षा लेने पहुंचे सैकड़ों साधकों से कॉलेज मार्ग पर इतनी अधिक भीड़ उमड़ी कि ट्रैफिक डायवर्ट करना पड़ा।

आहार के विषय में परम पूजनीय स्वामी जी के परामर्श

हित मित भोजन खाइए, ओज तेज सुखकार।
रुचिकर वर्द्धक शक्ति का, प्रीति सत्त्व भंडार।।38।।

भक्ति प्रकाश 152

साधना के उद्देश्य से अपने स्वास्थ्य को सुरक्षित रखना यह भी साधक के लिए बड़ा कर्त्तव्य है। आहार तो मूल पदार्थ है, जीवन–जड़ी है, इसमें प्राण तत्व को अच्छा बना देने का सामर्थ्य है। आहार का स्वास्थ्य तथा स्वभाव के साथ घनिष्ठ सम्बन्ध है। मनुष्य जैसा आहार लेता है, वैसा ही स्वास्थ्य और स्वभाव बन जाता है। इसलिए साधक को खान–पान पर विशेष ध्यान देना चाहिए।

सत्वगुणियों का भोजन न्यारा होता है– आयु, बल, बुद्धि, रुचि बढ़ाने वाला, निरोगता देने वाला, सुख देने वाला, हृदय को प्रसन्न करने

वाला, ऐसा भोजन सात्त्विक होता है। जिसमें चिकनाहट मर्यादा की हो। मर्यादा लाँघ कर तो अमृत भी विष हो जाता है। मिर्च–मसाले कम हों, सादा हो, हल्का हो। खट्टे, मीठे, मसालेदार पदार्थ खाने से पाचन शक्ति बिगड़ती है। मसालों से पौष्टिकता नहीं आती।

प्रातः को दूध, दोपहर को साधारण भोजन, सायं को दूध–दलिया साधक का भोजन है। मुझे ऐसा भोजन मिले तो दो माह में स्फूर्ति आ जाए। सब्जी–भाजी में अधिक घी नहीं डालना चाहिए कि थाली में लग जावे। बहुत सी बीमारियाँ ज़्यादा खाने से होती हैं, कम खाने से नहीं। जो इस प्रकार का भोजन करेगा, वह व्यक्ति सत्तर वर्ष का होते हुए भी पचास का प्रतीत होगा। नियमों का पालन करना बहुत अच्छी बात है।

खाना जीवन का बड़ा आवश्यक अंग है। इसको खूब अच्छी प्रकार चबाना चाहिए। दलिये का भी मुँह में पानी बना लेना चाहिए। यह जीवन के साथ अन्याय है, शरीर के साथ अन्याय है कि आप बिना चबाकर जल्दी–जल्दी खायें। प्याज लाभदायक है। वैष्णवों को इसका पता नहीं। मेरे विचार से तो चबाकर न खाना, प्याज खाने की अपेक्षा अधिक पाप है। खाना नहीं सीखा, तो जीना नहीं सीखा। इन बातों को बहुत विचारना चाहिए। मैं समझता हूँ कि जल्दी खाने वाला, संगति में थोड़ा बहुत अपराध करता है।

हिन्दुस्तान में लोग चीज़ें खाते पीते ही मरते हैं। कारण, नहीं खाना (स्टारवेशन) और खाना तो बहुत खाना (ओवरईटिंग)। मर्यादा में सब चीज़ें होनी चाहिए। आँगन में सिर्फ इतना पानी छिड़कना चाहिये जिससे धूल जम जाए न कि इतना कि कीचड़ हो जाये, बच्चे फिसलें। ऐसे ही अधिक खाने से पेट में भी कीचड़ हो जाता है। जिह्वा पर नियंत्रण करने से सर्वेन्द्रिय संयम सहज से लाभ हो जाता है। मर्यादा से सब चीज़ें होनी चाहिए। आहार अल्प हो, अधिक भार बढ़ाने के लिये लोग अधिक भोजन करते हैं, किन्तु आध्यात्मिक सत्संगी को नियमित भोजन करना चाहिए।

मुझे निवेदन यह करना है कि नियमितता सीखनी चाहिए। साधना सत्संग में जितना रहना–सहना है यह जीवन में लाना चाहिए, यह स्वास्थ्य की कुंजी है। समय पर खाने वाले के शारीरिक अंग भी नियमपूर्वक समय पर काम करने लगते हैं। समय पर भूख लगने लगती है। इस प्रकार रस ठीक बनता है। समय पर नींद खुलने लगती है। स्वास्थ्य भी सुन्दर बनता है।

घरों में भी समय पर खाने का स्वभाव बनाएँ। जिससे भोजन का रस रक्त में भी समय पर जाता है। समय पर खाये सूखे चने, बिन समय के हलवे से लाभदायक हैं। स्वास्थ्य इस लिए भी खराब होता है कि समय पर नहीं खाते और खराब वस्तुएँ खाते हैं।

जूठा छोड़ना नहीं चाहिए। जूठा किसी को नहीं देना चाहिए। खाने में जूठन नहीं छोड़े। मेरे कहने का भाव यह है कि जूठन घरों में भी नहीं होनी चाहिए जैसे यहाँ साधना सत्संग में नहीं होती। बन्धुओं को भी कोमल ढँग से समझाना चाहिए कि जूठन छोड़ना दोष है।

साधक को हर प्रकार के मादक द्रव्यों (मादक द्रव्य वे जिनके उपयोग से बेहोशी सी आ जाए)–का सेवन निषेध है।

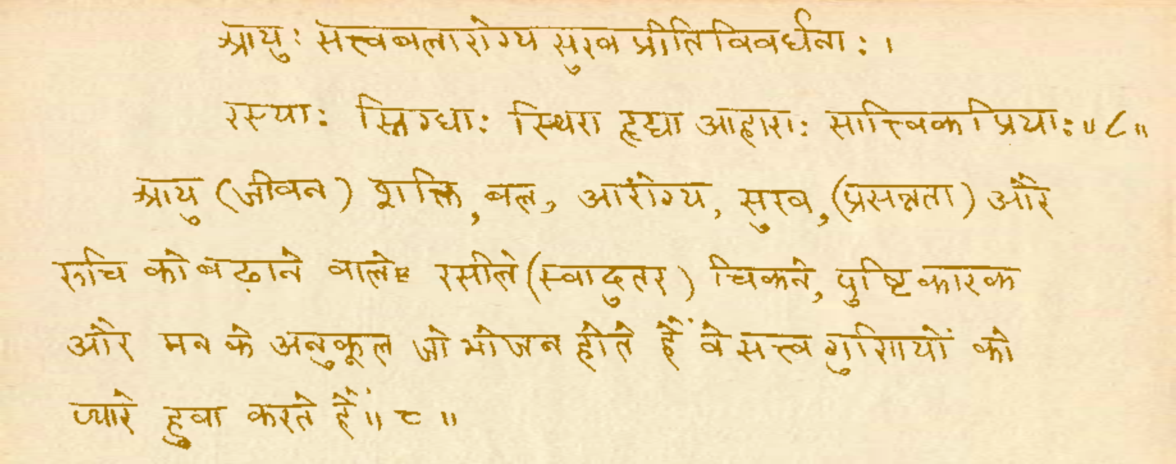
भोजन के तुरन्त उपरान्त माला फेरना पाचन को भी ठीक करता है। भोजन उपरांत अपनी पाचन–शक्ति को तेज करने के लिये पेट पर राम–नाम लेते हुये हाथ फेरना लाभदायक है।

(प्रवचन पीयूष, पृ. 51, 151, 386, 387, 396, 400 - 402, 408-409, 417-418, 421, 504 से संकलित)

श्रीमद्भगवद्गीता भाषा के अंश

सत्यानन्द

सब मनुष्यों को भोजन भी तीन प्रकार का प्रिय होता है, ऐसे ही यज्ञ, तप और दान भी। उन के इस भेद को तू मुझ से श्रवण कर ।।7।।


आयुः सत्त्वबलारोग्य सुख प्रीति विवर्धनाः ।
रस्याः स्निग्धाः स्थिरा हृद्या आहाराः सात्त्विकप्रियाः ॥८॥
आयु (जीवन) शक्ति, बल, आरोग्य, सुख, (प्रसन्नता) और रुचि को बढ़ाने वाले रसीले (स्वादुतर) चिकने, पुष्टिकारक और मन के अनुकूल जो भोजन होते हैं वे सत्त्वगुणियों को प्यारे हुआ करते हैं ॥ ८ ॥

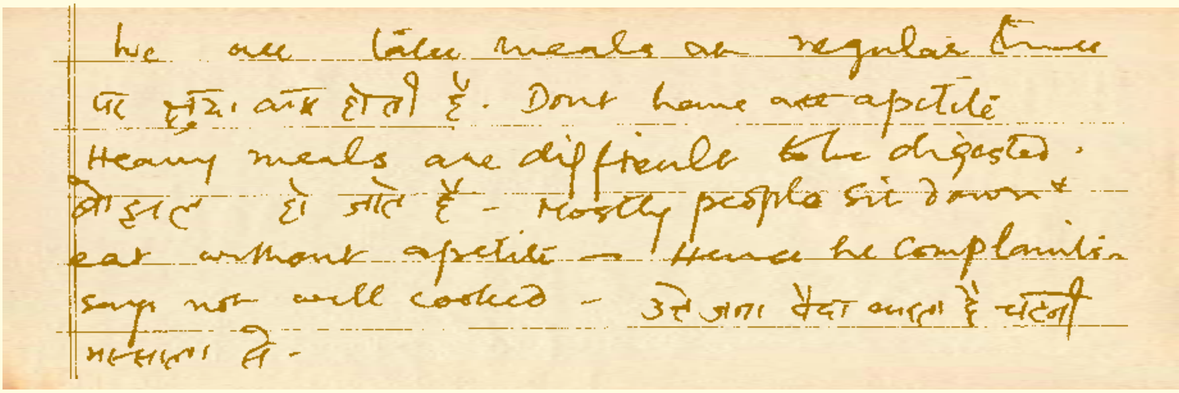
बहुत कड़वे, बहुत खट्टे, अधिक नमकीन, अति उष्ण, अति तीखे, अति रूखे और दाहकारक भोजन रजोगुणियों को प्रिय होते हैं और वे दुःख, शोक और रोग देने वाले हुआ करते हैं ।।9।।

पहर भर से पड़ा हुआ, बहुत ठण्डा, जिसका रस बदल गया हो, दुर्गन्धित, बासी, जूठा और जो मैला हो वह भोजन तमोगुणियों को प्यारा होता है।। ऊपर कहे तीनों प्रकार के भोजनों की पहचान बड़ी सरल है, सच्ची है और सर्वमान्य है ।।10।।

(श्रीमद्भगवद्गीता भाषा, अध्याय 17/ 7 –10 पृ. 329–330) ■

On Appropriate Meals

Prem


We are taken meals at regular time
पर भूख नहीं होती है. Dont have an apetite
Heavy meals are difficult to be digested.
बोझल हो जाते हैं - Mostly people sit down &
eat without apetite - Hence the complaints
soup not well cooked - उसे जायका पैदा करता है चटनी
मसाला से -

(परम पूजनीय श्री प्रेम जी महाराज जी की साधना सत्संग के नोट्स, दिनांक 23.8.1956 श्री गीता जी के संदर्भ से) ■

रसना का ज्ञान-आयाम

भारत कृषि व ऋषि प्रधान देश है, विभिन्न प्रान्तों, कई वर्णों–जातियों में कई सम्प्रदायों–वर्गों, बहु सामाजिक रीति रिवाज़ों–रूढ़ियों, विभिन्न भाषाओं व लिपियों का राष्ट्र है, बहुजन संख्या वाला विशाल देश है, अनेक ऋतुओं का देश है। इसमें भांति–भांति के भोजनों में नाना प्रकार की रुचियाँ अस्वाभाविक नहीं। आहार का स्वास्थ्य तथा स्वभाव के साथ घनिष्ठ सम्बन्ध है। रसना का मुख्यतया भोजन पदार्थ के रसास्वादन तथा वाणी के साथ संयुक्त किया जाता है। आहार का यथार्थ प्रयोजन तो जीवन की अवधि को बढ़ाना, अन्तःकरण की शुद्धि और शरीर को सशक्त बनाना है। साधक का तो यह नियम होना चाहिए कि केवल व्यक्तिगत लाभ के लिए समय–समय पर जो प्राप्त हो, उसका ग्रहण या भक्षण इतना ही करे, जिससे पेट को भारीपन का आभास न हो अर्थात पेट इतना बोझिल न हो जाए कि साधना के लिए ही क्या, उठना बैठना भी कठिन हो जाए। भगवान् श्रीकृष्ण साधक को सचेत करते हैं कि अत्यधिक मात्रा में भोजन करने वाले का योग सिद्ध नहीं हो सकता और न ही अति उपवास देह सुखाने वाले का। चिकित्सकों का परामर्श भी इसी प्रकार के निष्कर्ष का संकेतक है कि बहुधा रोग अधिक खाने से होते हैं। अतएव ध्यान की परिपक्वता के लिए और स्वास्थ्य की सफलता के लिए, इस नियम का पालन नितान्त आवश्यक है : आहार, विहार और निद्रा में परिमितता।

मनुष्य जैसा आहार लेता है वैसा ही स्वास्थ्य और स्वभाव बन जाता है "जैसा अन्न, वैसा मन"। यह भी एक तथ्य है कि मनुष्य अपने स्वभावानुसार ही आहार पसन्द करता है:

रसना का मुख्यतया भोजन पदार्थ के रसास्वादन तथा वाणी के साथ संयुक्त किया जाता है। आहार का यथार्थ प्रयोजन तो जीवन की अवधि को बढ़ाना, अन्तःकरण की शुद्धि और शरीर को सशक्त बनाना है।

1. आयु (जीवन), शक्ति, बल, आरोग्य,सुख–प्रसन्नता और रुचि को बढ़ाने वाले, रसीले–स्वादुतर, चिकने, पुष्टिकारक और मन को अनुकूल भोज्य पदार्थ सत्वगुणियों को प्रिय हैं अर्थात सात्विक पुरुषों को ऐसे समस्त पदार्थ स्वभावतः प्यारे होते हैं, जो आयु, बलादि वर्धक हों, जैसे दूध, फल, गेहूँ, सब्जी, दाल, मधु, चावल इत्यादि।

2. बहुत कड़वे, खट्टे, अधिक नमकीन, अधिक उष्ण, तीखे रूखे, दाह–कारक आहार रजोगुणियों को रुचिकर होते हैं। इनके खाने से उदर में कफ बढ़ता है। वे भले ही पुष्टिकारक प्रतीत होते हों; परन्तु यथार्थतया दुःख, शोक और रोग उत्पन्न करने वाले होते हैं तथा इनके सेवन से मन को संयमित रखना दुष्कर हो जाता है।

3. प्रहर भर से पड़ा हुआ, बहुत ठण्डा, अधपका, जिसका रस बदल गया हो, दुर्गन्धित, बासी, जूठा, त्यागा हुआ, भोजन तमोगुणियों, अजीवियों और निम्न संस्कृति के व्यक्तियों को प्रिय होता है। इसी प्रकार माँस, मदिरा, भाँग, तम्बाकू भी तामसी लोगों को ही प्रिय होते हैं।

उक्त वर्णनानुसार हम सब तीनों प्रकार के भोज्य पदार्थों का ही प्रायः सेवन करते हैं। सन्त तो पेट भर भोजन करने के उपरान्त भजन–पाठ–ध्यान आदि में किसी प्रकार की त्रुटि या न्यूनता नहीं आने देते, यदि एक समय का भोजन अधिक मात्रा में हो भी गया तो दूसरे समय केवल दूध अथवा फल लेकर सन्तुलन बनाए रखते हैं। आवश्यकता पड़े तो उपवास भी कर लेते हैं ताकि साधना निर्विघ्न रहे। हमें खाने के लिए नहीं जीना, जीने के लिए खाना है ताकि जीकर अपने जीवन के प्रमुख उद्देश्य को साध सकें। अतः भोजन को ब्रह्मरूप समझकर, ब्रह्म का आह्वान करके सहर्ष स्वीकार करना चाहिए। ऐसी मान्यता है कि परमेश्वर सब जीवों का प्रतिपालक है, दाता है और हम सब उसकी दया के ही आश्रित हैं, भोजन में किसी भी प्रकार का संशय या भ्रम न करके, और न ही पाप–दोष विचारकर विविध व्यंजन भगवान् का दान अथवा प्रसाद समझकर ग्रहण करें। भोजन करते समय, स्वामी सत्यानन्द जी महाराज यह पद पढ़ने का परामर्श देते हैं :–

अन्नपते ! यह अन्न है, तेरा दान महान्।
करता हूं उपभोग मैं, परम अनुग्रह मान।।
अन्नपते ! दे अन्न शुभ, देव दयालु उदार।
पाकर तुष्टि सुपुष्टि को, करूँ कर्म हितकार।।

भक्ति प्रकाश पृ. 23

शिष्टाचारानुसार आहार पाने के उपरान्त अर्थात भोजनानन्तर अपनी कृतज्ञता का प्राकट्य धन्यवाद द्वारा करना चाहिए। ऐसी विमल सुधारणा होगी तो ऐसे भोज्य जो अम्ल, पित्त, पेट में वायु का अधिक मात्रा में उत्पादन, मन्दाग्नि, कोष्ठबद्धता इत्यादि रोग उत्पन्न करने में समर्थ हैं, वे न तो मन को ही विक्षुब्ध कर सकेंगे और न ही शरीर में आधि–व्याधि की उत्पत्ति । अतः–

भ्रम न करिये अन्न में, अन्न अत्ता का भोग।
भोजन में भय, पाप का, करना है अति रोग।।

भक्ति प्रकाश 32, पृ. 275

अन्यथा ऐसी कल्पनाओं की तो सीमा ही नहीं , क्या इन सबका कोई प्रभाव नहीं कि अन्न कैसी कमाई से खरीदा गया है? भोजन पकाने वाले के भाव कैसे हैं? रसोईघर का वातावरण कैसा है? परोसने वाले के विचार कैसे हैं तथा भोक्ता का अपना आचार कैसा है? सम्भवतया जो हानि राजस, तामस भोज्य–पदार्थों के सेवन से होती है,उनसे कहीं अधिक मात्रा में उक्त वर्णित भाव हानि पहुंचाने में सशक्त हैं। होटल का खाना क्यों सदैव सेवन नहीं किया जा सकता। जबकि घर का खाना आजीवन खाकर भी ऊबते नहीं; क्यों मां–बहन–पत्नी के हाथ का स्नेह भरा खाना, विश्व के किसी कोने में भी चले जायें, स्मरण रहता है? स्पष्ट है नेक कमाई, शुद्ध स्नेही विचारों का भोक्ता पर महत्वशाली प्रभाव पड़ता है, इसमें अणुमात्र भी सन्देह नहीं। परमेश्वर स्मरण तो यज्ञ करके अन्न खाना स्वतः ही प्रसाद हो जाता है। ऐसे जन पाप से मुक्त हो जाते हैं अन्यथा स्वार्थी जन जो न भूखे को, न पशु–पक्षी को, किसी को भी दान नहीं देते और न ही परहित का कोई कर्म ही करते हैं, वे निरा पाप ही खाते हैं। अतः–

वस्तु खाइए बांट कर, करके अतिथि सत्कार।
बढ़े भक्ति सह भोज में, प्रेम मेल का तार।।

भक्ति प्रकाश 31, पृ. 275

यह ध्यान करने योग्य है कि अपना बचा हुआ पशु–पक्षी को भी दान न दें। अपने भाग में से पहले ही निकाल कर रख लेना उचित होगा। जूठ छोड़ना अथवा भोजन का अपव्यय भी उतना ही अपराध है जितना कि जूठा किसी को देना।

रसेन्द्रिय और आहार के सन्दर्भ में यह प्रथा निराधार अथवा सारहीन ही आभासित होती है कि अमुक व्यक्ति तीर्थ स्थान पर जाकर किसी फल, सब्जी या किसी अन्य खाद्य पदार्थ के सर्वथा त्याग की शपथ ले। भोज्य वस्तुयें तो त्याज्य नहीं , त्यजनीय हैं काम, क्रोध, लोभ, मोह, ईर्ष्या, वैर–विरोध, निन्दा, अहंकार और हिंसा जैसे भीषण दुर्गुण। हां, यदि संयम का अभ्यास यहीं से प्रारम्भ करना चाहें तो स्वागत है क्योंकि प्रायः ऐसा कहा जाता है जो पान–बीड़ी, मिर्च–अचार–आहारादि के सेवन पर प्रतिबन्ध नहीं लगा सकते, उनसे यह आशा करना कि कालान्तर में सर्वेन्द्रिय संयम लाभ कर सकेंगे, निरी दुराशा होगी यह भी सत्य ही प्रतीत होता है कि खाद्य वस्तुओं में (शाक भात में लहसुन, प्याज का तुड़का)अनाचार की आशंका करना, अतीव तुच्छ विचारों का परिणाम है। आचार, हींग, प्याज तक सीमित नहीं। भोजन के भेद में, खाने के पदार्थों में आचार–विचार सोचते रहना तो साम्प्रदायिक झगड़ा है। सच्चा आचार तो सच्चरित्र का संचय है, अधिक गम्भीर विषय है। भोजन काल में क्रोध का आवेश, सड़ते–कुढ़ते उपभोग करना ओर रसों की लालसा–कामना के पीछे मन को भटकाना – ये तो बिल्कुल ऐसे जैसे भोजन में विष मिलाना। अतः शान्त भाव से, प्रसन्नतापूर्वक, अनुग्रहित होकर अन्नदाता के अन्न को स्वीकार करना, नियमित रूप से मिताहारी बनना और मर्यादा पालन करना – काया के साधन मानकर साधने चाहिएं।

भोज्य वस्तुयें तो त्याज्य नहीं , त्यजनीय हैं काम, क्रोध, लोभ, मोह, ईर्ष्या, वैर-विरोध, निन्दा, अहंकार और हिंसा जैसे भीषण दुर्गुण।

भोज्य पदार्थों में रसों – स्वाद की लालसा इतनी प्रबल है कि आश्रमों में रहकर भी, वेश–भूषा बदल कर भी, इनके सेवन की तृष्णा तृप्त नहीं होती, सामान्य जीव की तो कथा ही क्या? जिह्वा तो अजर है, अतः बूढ़े होने पर भी रसपान की, स्वादु भोजन पाने की लालसा वैसी ही बनी रहती है। ये मानसिक दुर्बलता के चिन्ह हैं।

लस्सी ठंडी नहीं, दाल में घी का तुड़का नहीं, सब्जी में नमक कम है, चपाती ठीक नहीं ; इन कारणों से रुष्टता, क्रोध, रोष, खाने पकाने वाले की निन्दा, ये मनोबल के लक्षण नहीं। सन्त तो विविध व्यंजनों को मिला देते हैं ताकि रसना को स्वाद न पता लगे अन्यथा पुनः भोग के लिए मन बार–बार प्रेरित करेगा, लालायित करेगा, व्याकुल बना देगा, तब उसे कौन मोड़ सकेगा? यह कामना ही तो है व्याकुलता, असन्तोष और अशान्ति का मूल कारण। कुछ रुचिकर न मिले और अरुचिकर मिलने पर समता बनी रहे, सन्तोष डाँवाँडोल न हो, इसे संयम ही कहा जाएगा, यही है समता योग।

रूखी मिस्सी राम की, कर प्रसादी खाय।
श्रम कमाई से मिली, अमृत समझी जाय।।

भक्ति प्रकाश 30, पृ. 275

जो जीव फेफड़ों व उदर के रोगों से पीड़ित होते हुए भी, पान–बीड़ी, मिर्च–अचार, पूरी–कचौरी व मिष्ठान तथा अन्य ऐसे पदार्थ जो इन रोगों में निषिद्ध समझे जाते है, उनके सेवन पर रोकथाम नहीं लगा सकता, वह तो शरीर के साथ घोर अत्याचार ही करता है, मात्र इस कारण कि उसका अपनी जिह्वा पर, अपने मन पर लेश मात्र भी संयम नहीं। ऐसे व्यक्ति साधना में उन्नति नहीं कर सकते।

रसना का जितना अपरिहार्य सम्बन्ध वाणी से है उतना ही रसास्वादन से। इसे आहार के रसापान के साथ–साथ राम–राम आस्वादन भी करवाएँ। इस सुधा का पान करके, इसकी भोज्य पदार्थों के प्रति तृष्णा–लालसा से निवृत्ति हो जाएगी; लालसा क्षीण नहीं तो मन्द अवश्य हो जाएगी, संयम सहज हो जायेगा, क्योंकि संयमी जीवन ही स्वाभाविक अर्थात दिव्य जीवन है। असंयमी जीव को सन्तोष, शान्ति अथवा आनन्द की अनुभूति कैसे हो? वह तो सदा विषयों के पीछे, भोगोपभोग में ही विचरता और भटकता रहता है।

कोई सांसारिक प्रलोभन ऐसा सुख नहीं दे सकता जो बाधित न हो, सभी क्षणिक सुखदायी, तदुपरान्त महादुःखदायी। कामना हो तो संयमी जीवन की, लोभ हो तो वैराग्य का, शरणागति का, समर्पण का, भक्ति–भाव का, आलोकित बुद्धि का, आत्म–भाव का और क्रोधित हों तो अपने गलत निर्णयों पर। तब यह नरक के सभी द्वार और खिड़कियाँ ब्रह्मधाम तक पहुँचाने वाले सोपान हो जाएँगे।

(मूलतः *आनन्दबोध*, जुलाई *1991* में प्रकाशित) ■

कुव्यसन से मुक्ति

जब परम पूजनीय श्री प्रेम जी महाराज कमला नगर रहा करते तो एक सायं मैं गया। अखण्ड जाप की समाप्ति पर उनके पधारने की अनुमति लेनी थी। पता चला महाराज ध्यान में बैठे हैं। जब उठे तो पूछा, ''कहाँ ठहरे हैं? कैसे आए हैं?'' प्रयोजन बताया। तत्काल हाँ कर दी, जरूर आऊँगा। मैं नीचे आ गया, स्कूटर की प्रतीक्षा में पान वाले की दुकान से सिगरेट खरीदी और पीनी शुरु कर दी। बहुत पीया करता था। महाराज ऊपर से देख रहे थे, नीचे आए, मैं सिगरेट कहाँ फेंकूँ, घबरा गया। महाराज ने सिगरेट के लिए तो कुछ नहीं कहा। कहा, ''बैठो पीछे।'' अपने स्कूटर पर बिठा कर फतेहपुरी छोड़ आए, जहाँ पंजाब होटल में मैं ठहरा था। उस दिन के बाद कभी सिगरेट नहीं छुई। छूट गई बिना संत के आदेश से। मौन ही कृपा कर गया।

(एक वरिष्ठ साधक के संस्मरण) ■

परमेश्वर के श्री चरणों में प्रार्थना

भज मन मेरे आठों याम।
राम राम, राम राम, राम राम राम।।

1. तेरा कोई गुण हमारे अंदर आ जाए, तो हमारा उद्धार हो जाए।

2. जो सत्य को भूल जाता है, दुनिया के पीछे चलने लग जाता है, वह दुनिया का हो जाता है, तेरा नहीं हो पाता।

3. हम कुछ नहीं करते और ढिंढोरा अपने करने का पीटते हैं। तुम सब कुछ करते हो और स्वयं पीछे रहते हो। तेरी अनूठी महिमा है। काश ! इसे हम जान जाएँ तो कौन तेरे श्रीचरणों से अपना मस्तक उठाना चाहेगा ?

4 हम इसी योग्य हैं कि तेरे चरणों की धूल बन कर रहें, हम क्या हैं, इसे हम भूल बैठे हैं। हम कुछ नहीं हैं, फिर भी अपने आपको सब कुछ मान लेते हैं।

5. हम तुझे अर्थात सत्य को पहचान सकें, तेरे मार्ग पर चल सकें, तू दया करना प्रभु ! कृपा करना!!

6. हम भूलें करते हैं, तेरे मार्ग पर चलने की बजाय, सबको अपने अनुसार चलाना चाहते हैं। तू सब जानता है, फिर भी हम तुझे अनदेखा कर जाते हैं। हमें सद्बुद्धि दे! हम तेरे पीछे चलना सीखें, अपने पीछे न चलाएं।

7. तेरी कृपा, तेरी दया बनी रहे प्रभु ! बीच मंझधार में नहीं छोड़ देना। मैं तेरे द्वार का भिखारी बना रहूँ, तू दाता बने रहना। तू कभी हमें छोड़ना नहीं।

8. श्रीरामशरणम् का आशय यही है कि तूने यहाँ के साधकों की बांह पकड़ ली है। तू छोड़ना नहीं।

9. अपना ढिंढोरा पीटने वाले तेरे अच्छे शिष्य नहीं हैं।

10. प्रशंसा, यश, मान सफलता..... तूने हाथ में रखी है, नहीं तो यह आदमी न जाने क्या कर डाले?

11. तू सफलता दे या न, यह तेरे अधीन है। मेहनत आदमी करता है, लेकिन सफलता केवल तेरे अधीन है।

12. तेरा स्वभाव है, तू दूसरों को यश मान बांटता है।

13. हम जितनी अपनी प्रशंसा सुनते हैं, उतनी तृष्णा और बढ़ जाती है। हमें इस रोग से दूर रखें। हम वही करते हैं, जहां अधिक यश–मान मिले. यह कैसी तृष्णा, भूख है हमारी? आपको परमेश्वर इन बातों का बोध है।

14. मैं अभी तक इनको दूर नहीं कर पाया। मेरे जैसे और और भी होंगे– यह बड़ा दुःख है कि हम तेरे अच्छे पुत्र नहीं बन पाए। इस दुःख को दूर करो, परमेश्वर!

15. हमें तेरे प्यार का पात्र बनना चाहिए था– तेरी करुणा, दया का पात्र बनना चाहिए था –लेकिन हम नहीं बन पाए। तेरे नाम की कमाई करके भी खाली हाथ चले गए तो जीवन सफल नहीं, असफल ही माना जाएगा। ऐसी जिन्दगी को सफल नहीं कहा जा सकता।

16. श्रीरामशरणम् के इस भवन के निर्माण कार्य में धन्यवाद का पात्र तू और गुरुजन ही हैं– इसके अतिरिक्त और कोई नहीं।

17. श्रीरामशरणम् समय पर खुलना–बंद होना चाहिए। तेरी उपासना के अतिरिक्त, यहाँ और कुछ नहीं हो।

18. हे परमेश्वर! हमें ईमानदार साधक, ईमानदार इंसान बनाना। जो यह मानता है कि सब कुछ तेरा है, तू सबसे बड़ा है, वही सबसे ईमानदार है।

19. हम अपने आपको तेरे से कम नहीं समझते, हमारी बुद्धि कैसी विकृत हो गई है? हम किसी की परवाह नहीं करते। परमेश्वर हमें क्षमा करना।

20. हम झूठी शान में जी रहे हैं। हमारा स्थान तुरन्त धरती से आकाश में चला जाता है। हमें धरती पर ही रखना भगवन् ! हम अपनी औकात नहीं भूल जाएं– ऐसी कृपा करना। सदा कृपा बनाए रखिएगा।

(22 जनवरी 2009 को श्री रामशरणम् बानमोर, मुरैना, के उद्‌घाटन के पावन अवसर पर परम पूजनीय महाराज जी के वचनामृत)

विभिन्न केन्द्रों पर सम्पन्न कार्यक्रम

जनवरी से मार्च 2016

साधना सत्संग, खुले सत्संग एवं नाम दीक्षा का विवरण

- **दाहोद,** गुजरात में 3 जनवरी को विशेष अमृतवाणी संकीर्तन एवं प्रवचन के कार्यक्रम का आयोजन हुआ जिसमें 2315 व्यक्तियों ने नाम दीक्षा ग्रहण की।
- **कुशलगढ़,** राजस्थान में 4 जनवरी को विशेष अमृतवाणी संकीर्तन एवं प्रवचन के कार्यक्रम का आयोजन हुआ जिसमें 4391 व्यक्तियों ने नाम दीक्षा ग्रहण की।
- **परतापुर,** राजस्थान में 5 जनवरी को विशेष अमृतवाणी संकीर्तन एवं प्रवचन के कार्यक्रम का आयोजन हुआ जिसमें 5072 व्यक्तियों ने नाम दीक्षा ग्रहण की।
- **कुपड़ा बांसवाड़ा,**राजस्थान में 6 जनवरी को विशेष अमृतवाणी संकीर्तन एवं प्रवचन के कार्यक्रम का आयोजन हुआ जिसमें 5167 व्यक्तियों ने नाम दीक्षा ग्रहण की।
- **बोलासा,** सेमरोड, मध्यप्रदेश में 7 जनवरी को विशेष अमृतवाणी संकीर्तन एवं प्रवचन के कार्यक्रम का आयोजन हुआ जिसमें 5658 व्यक्तियों ने नाम दीक्षा ग्रहण की।
- **झाबुआ,** मध्यप्रदेश में 8 जनवरी को विशेष अमृतवाणी संकीर्तन एवं प्रवचन के कार्यक्रम का आयोजन हुआ जिसमें 6972 व्यक्तियों ने नाम दीक्षा ग्रहण की। झाबुआ में 8 से 10 जनवरी तक खुले सत्संग का आयोजन हुआ जिसमें भारी संख्या में साधक सम्मिलित हुए। (कृप्या पृष्ट 5 देखें)
- **इन्दौर** मध्यप्रदेश में 13 से 16 जनवरी तक तीन रात्रि साधना सत्संग लगा जिसमें 283 व्यक्तियों ने नाम दीक्षा ग्रहण की।
- **मुम्बई** में 21 एवं 22 जनवरी को दो दिवसीय खुला सत्संग लगा जिसमें 1361 व्यक्तियों ने नाम दीक्षा ग्रहण की।
- **फरीदाबाद,** हरियाणा में 26 जनवरी को विशेष अमृतवाणी संकीर्तन एवं प्रवचन के कार्यक्रम का आयोजन हुआ जिसमें 94 व्यक्तियों ने नाम दीक्षा ग्रहण की।
- **पीलीबंगा,** राजस्थान में 28 एवं 29 जनवरी को दो दिवसीय खुला सत्संग लगा जिसमें 130 व्यक्तियों ने नाम दीक्षा ग्रहण की।
- **हांसी,** हरियाणा में 3 से 6 फरवरी को तीन रात्रि साधना सत्संग लगा जिसमें 120 व्यक्तियों ने नाम दीक्षा ग्रहण की।
- **चित्रकूट,** उत्तरप्रदेश में 6 फरवरी को विशेष अमृतवाणी संकीर्तन एवं प्रवचन के कार्यक्रम का आयोजन हुआ जिसमें 480 व्यक्तियों ने नाम दीक्षा ग्रहण की।
- **भोपाल,** मध्यप्रदेश में 10 से 12 फरवरी को दो दिवसीय खुला सत्संग लगा जिसमें 101 व्यक्तियों ने नाम दीक्षा ग्रहण की।
- **रोहतक,** हरियाणा में 1 जनवरी से 12 फरवरी तक 43 दिवसीय राम नाम अखण्ड जाप की पूर्ति पर विशेष अमृतवाणी संकीर्तन एवं प्रवचन के कार्यक्रम का आयोजन हुआ जिसमें 479 व्यक्तियों ने नाम दीक्षा ग्रहण की।
- **देवास,** मध्यप्रदेश में 12 फरवरी को एक दिवसीय खुला सत्संग लगा जिसमें 125 व्यक्तियों ने नाम दीक्षा ग्रहण की।
- **आगरा,** उत्तरप्रदेश में 16 फरवरी को विशेष अमृतवाणी संकीर्तन एवं प्रवचन के कार्यक्रम का आयोजन हुआ जिसमें 133 व्यक्तियों ने नाम दीक्षा ग्रहण की।
- **बिलासपुर,** हिमाचल प्रदेश में 17 से 19 फरवरी तक तीन दिवसीय खुला सत्संग लगा जिसमें 81 व्यक्तियों ने नाम दीक्षा ग्रहण की।
- **पटियाला,** पंजाब में 19 फरवरी को विशेष अमृतवाणी संकीर्तन एवं प्रवचन के कार्यक्रम का आयोजन हुआ जिसमें 68 व्यक्तियों ने नाम दीक्षा ग्रहण की।
- **बांसगहन,** जिला रायसेन मध्यप्रदेश में 22 फरवरी को नवनिर्मित श्रीरामशरणम् का विधिवत् उद्घाटन हुआ जिसमें विभिन्न स्थानों से 10 हज़ार से भी अधिक साधक सम्मिलित हुए। उद्घाटन के पश्चात् 2471 व्यक्तियों ने नाम दीक्षा ग्रहण की। बांसगहन के निवासियों एवं पंचायत ने प्रशासन को गांव का नाम बदल कर ''रामतीर्थ'' रखने का प्रस्ताव दिया है और आशा है कि गांव का अधिकारिक नाम ''रामतीर्थ'' शीघ्र हो जाएगा।

नवनिर्मित बांसगहन, जिला रायसेन मध्यप्रदेश

- **सिरसा,** हरियाणा में 24 फरवरी को 116 व्यक्तियों ने नाम दीक्षा ग्रहण की। 25 एवं 26 फरवरी को दो दिवसीय खुले सत्संग का आयोजन हुआ।
- **दिल्ली श्रीरामशरणम्** में जनवरी एवं फरवरी में 74 व्यक्तियों ने नाम दीक्षा ग्रहण की।

निर्माणाधीन श्रीरामशरणम् की प्रगति

- **जंडियाला गुरु,** पंजाब में श्रीरामशरणम् का निर्माण कार्य अन्तिम चरण में है। अप्रैल के अन्त में या मई में इसके उद्घाटन होने की आशा है।

Luminous Image of Love and Bliss Divine

What can one write about the multi-faceted divine personage whose greatness all adjectives fail to describe? If anyone wants to describe beloved Maharaj Shree, one would say that if, by some divine alchemy, Love and Bliss were to coalesce and stand as one luminous entity, that is how Maharaj Shree could be seen with the naked eye. He is indeed the very image of Love and Bliss Divine. In this state of Pure Bliss-consciousness, He carried on his spiritual ministry till his last day on earth and the manner in which he went only pays tribute to the life he lived.

A teacher ordained by divine commission, an orator par excellence and learned beyond measure, he could speak at length on any spiritual topic, straight from his heart - saturated and stamped with the authority of his personal realizations. The purest pearls of wisdom that fell from his lips spread sweetness and light all round. His lectures, often punctuated with stories and parables, captivated the mind of the sadhaks and automatically cleared their doubts. Till date people say that their queries are answered in the next day's recorded lecture played during Satsang. The total impression left on the mind of the listener is unforgettable. Fortunately, the treasure-house of his nectarous utterances has been recorded for posterity. If we are able to imbibe even some of his teachings, life would truly become blessed.

His guided meditations in which he enunciated various types of meditations and prayers suitable for sadhaks of different temperaments remain an unforgettable experience. His divine presence, charming resonant voice and sattvik vibrations cast a spell as it were. Sadhaks, who complained of restless wandering minds, found themselves becoming poised and still. The earnest ones were lifted up to higher levels of consciousness, getting a glimpse of the True Life of the Spirit, with the result that a deep yearning for that Life was kindled in them.

Like all great saints, he has a delightful lighter side to him. A past master at telling jokes, he could have the entire audience in splits during Vinod Sabha and then assume a very solemn exterior immediately thereafter.

He forged spiritual kinships based on love and, in a jiffy, could make even strangers his own. He would win people over in the first meeting itself, making them feel as if they were his long-lost friend.

My first individual meeting with Maharaj Shree is still indelibly imprinted on my mind. I was ushered into his room and there he was dressed in ochre, austerely seated upon his mattress on the floor, emitting a divine radiance. The entire room seemed flooded with an aura of purity and peace, the likes of which I had never witnessed before. His face was glowing like the sun, red and resplendent. He immediately started speaking very warmly, as if he had known me from long. He took my hand in his and said, 'You don't know how much I love you. Are you ready for strict hospitalisation?' I was not sure what he meant; nevertheless I gave my assent. 'I want three nights of your life after which you will come to me and say, "Oh Maharaj Ji, a miracle has happened. Which do you prefer, Haridwar or Hansi?" I opted for Sadhna Satsang in Haridwar. And truly, it was a magical experience which changed my life forever.

After many years of close association with Shree Ramsharnam, the one realization I have is that, I am nothing and I know nothing but with the hand of Gurus upon my head, there is hope even for ordinary mortals like me. Maharaj Shree is all-pervading and everywhere, hailing and beckoning us with my favourite Gita verse, 'Forgoing all religious injuctions, take refuge in me. I shall deliver you from all sinful reactions. Do not fear.' (18/66). What a wonderful reassurance!

The scriptures say that three things are extremely rare - a human birth, longing for liberation and, rarest of all, the proximity of a true saint. We are fortunate to have all three. Maharaj Shree has himself said in one of his lectures, 'People say that others have got Gurus like Sri Ramakrishna and Swami Vivekananda, but I assure you that your Gurus are no less.' Let us not even for one moment make the mistake of thinking that we have got such Gurus as a result of austerities practiced in a former life, it is nothing but the causeless (अकारण) Grace of the Lord.

Our life is but ephemeral, much of it has already elapsed. With every passing moment our lifespan is decreasing. Death, the great leveller, is hovering over everybody's head. There is no knowing when we will be snatched away and no guarantee in what life form we will be reborn. So, my Guru brothers and sisters, while still under protection of such supreme Gurus, let us make the most of this unique opportunity and not waste it in mindless worldly pursuits. Let us take to ceaseless chanting of the Name for that is the only true Guru Seva. Let us endeavour to inscribe each moment with Ram Naam and thereby make our lives blessed. Let us immerse ourselves in Sadhna, for that is the only purpose of this valuable human life.

On the Birth Anniversary of this great Saint, let us resolve to live our lives in a way, so that when the final moment arrives, we can welcome death with open arms saying, 'What fear is there, what worry? My slate is clean. Come brother! Take me to my Beloved.'

Let us resolve to live a *Sadhnamay* and Meaningful life. ■

WORD SEARCH - ON HOLI

S	G	H	V	N	U	I	L	G	D	A	C	R
P	W	H	O	L	I	K	A	O	X	K	L	G
H	F	I	O	H	O	G	P	I	U	J	T	H
A	U	R	G	L	L	B	L	V	D	A	F	K
L	J	N	K	W	I	M	M	B	H	D	U	O
G	L	A	U	E	N	S	N	W	K	P	L	O
U	H	K	F	S	I	U	A	N	L	U	L	T
N	I	A	H	T	K	N	F	T	M	N	M	B
F	R	S	J	S	E	J	O	O	S	V	O	V
G	T	H	S	I	P	V	O	O	A	A	O	X
H	M	Y	R	D	O	I	H	L	M	C	N	L
J	V	A	T	E	L	K	G	A	I	A	Y	G
I	S	P	O	F	V	O	J	N	N	U	C	U
Y	K	Y	R	G	I	C	L	D	R	S	B	L
T	E	J	U	A	S	V	B	J	U	E	Q	A
R	A	G	S	O	H	N	R	A	P	H	W	L
S	G	D	J	R	N	L	E	C	S	O	S	E
L	J	B	U	L	U	S	A	K	E	L	A	D
S	T	F	K	A	N	D	N	D	P	I	A	S

Q1. What is the name of the child in whose memory the festival of Holi is celebrated?

Q2. Who was the father of Prahlad?

Q3. How is Holi celebrated in Shree Ram Sharnam?

Q4. In which month of the Hindu Calender Holi is celebrated?

Q5. Which God did Prahlad worship?

Q6. Who took Prahlad in her lap at the time of the bonfire?

Q7. On which day of the month is Holi celebrated?

Q8. What is the name (in Hindi) of dry colour which is applied while celebrating Holi?

Answers: Prahlad, Hiranyakashyap, Holi Satsang, Phalgun, Vishnu, Holika, Full Moon, Gulal

Sadhna Satsang (April to November 2017)

Haridwar	7 to 12 April	Friday to Wednesday
Haridwar	30 June to 3 July	Friday to Monday
Haridwar	4 to 9 July	Tuesday to Sunday
Haridwar (Ramayani)	21 to 30 September	Thursday to Saturday
Haridwar	11 to 14 November	Saturday to Tuesday
Gwalior	24 to 27 November	Friday to Monday

Open Satsang (March to July 2017)

Jhabua (Maun)	27 March to 5 April	Monday to Wednesday
Jawali	14 April	Friday
Mandi	16 April	Sunday
Bhareri	23 April	Sunday
Manali	14 to 16 June	Wednesday to Friday
Delhi	27 to 29 July	Thursday to Saturday

Naam Deeksha in Other Centres (April to June 2017)

Asansol (W.B.)	19 March	Sunday
Rawatsar (Rajasthan)	26 March	Sunday
Ichalkranji (Kohlapur)	2 April	Sunday
Jawali (H.P.)	14 April	Friday
Amarpattan (M.P.)	15 April	Saturday
Mandi (H.P.)	16 April	Sunday
Bhareri (H.P.)	23 April	Sunday
Chambi (H.P.)	14 May	Sunday
Manali (H.P.)	16 June	Friday
Kishtwar (J&K)	23 June	Friday
Bhaderwah (J & K)	25 June	Sunday

Naam Deeksha in Shree Ram Sharnam, Delhi (March to August 2017)

26 March	Sunday	11:00 AM
30 April	Sunday	10:30 AM
21 May	Sunday	10:30 AM
9 July	Sunday Guru Purnima	4:00 PM
6 August	Sunday	10:30 AM

Purnima (April to July 2017)

11 April	Tuesday
10 May	Wednesday
9 June	Friday
9 July	Sunday Guru Purnima

यदि आप 'सत्य साहित्य' की इस प्रति को नहीं रखना चाहते,
तो कृपया इसे अपने स्थानीय केन्द्र या निकटतम श्रीरामशरणम् को लौटा दें।

प्रकाशक मुद्रक श्री अनिल दीवान द्वारा श्री स्वामी सत्यानन्द धर्मार्थ ट्रस्ट, 8 ए रिंग रोड, लाजपत नगर–IV नई दिल्ली. 110024 से प्रकाशित एवं रेव स्कैनस प्राइवेट लिमिटेड, ए–27, नारायणा औद्यौगिक ऐरिया, फेज़ 2, नई दिल्ली 110028 से मुद्रित, संपादकः मेधा मलिक कुदेसिया एवम् मालविका राय

Publisher and printer Shri Anil Dewan for Shree Swami Satyanand Dharmarth Trust, 8-A Ring Road, Lajpat Nagar IV, New Delhi 110024 and printed at Rave Scans Private Limited, A-27, Naraina Industrial Area, Phase 2, New Delhi 110028. Editors: Medha Malik Kudaisya and Malvika Rai.

©श्री स्वामी सत्यानन्द धर्मार्थ ट्रस्ट, नई दिल्ली

ईमेल: shreeramsharnam@hotmail.com
वेबसाईट: www.shreeramsharnam.org

RNI No. "Applied for".